



Arnaud Pictet

Adjoint scientifique au Pôle Santé Social (PSS), Division de la formation et des étudiants (DIFE)

Dr en psychologie,
DAS en psychothérapie cognitive et comportementale
Université de Genève, Suisse

Enseignant attiré de la Filière en psychothérapie comportementale et cognitive des universités de Lausanne, Genève et Fribourg

L'imagerie mentale a toujours occupé une place importante dans la prise en charge des troubles psychologiques, mais ce n'est que depuis récemment que cette thématique a fait l'objet d'études scientifiques rigoureuses et a été formellement intégrée dans des protocoles d'interventions cliniques, en particulier au sein des thérapies comportementales et cognitives.

L'objectif de l'atelier sera de montrer en quoi l'évaluation des images mentales dans la pratique clinique offre une voie d'accès privilégiée aux processus affectifs, cognitifs et comportementaux qui sont au cœur d'un grand nombre de difficultés rencontrées par les patients. Les méthodes d'évaluation de l'imagerie mentale seront présentées et mise en pratique au moyen de vignettes cliniques et de jeux de rôles, avec l'idée de parvenir à dresser une cartographie précise et individualisée de l'imagerie mentale pour un patient donné. Sur cette base, différents types d'interventions axées sur l'imagerie mentale seront présentées et mise en perspective avec les protocoles de thérapies comportementales et cognitives existants.

Arnaud Pictet est psychologue-psychothérapeute dans un cabinet médical à Genève et adjoint scientifique au Pôle Santé Social (PSS) de l'Université de Genève. Ses recherches s'intéressent à l'influence de l'imagerie mentale et des biais cognitifs dans le développement et le maintien des troubles psychologiques. Il s'intéresse également au développement d'interventions mobiles (sur ordinateur ou sur smartphone) axées sur la modification des processus cognitifs et comportementaux impliqués dans la dépression.

Littérature :

Ceschi, G., & Pictet, A. (2018). *Imagerie mentale et psychothérapie*. Editions Mardaga
Pictet, A., & Holmes, E.A. (2013). The powerful impact of mental imagery in changing emotion. In B. Rimé, B. Mesquita & D. Hermans (Eds.), *Changing Emotions* : Psychology Press.
